

# 努力为患者驱走“心灵感冒”

## ——记平煤神马医疗集团总医院神经内科四区

闷闷不乐、悲观厌世，甚至有自杀倾向或行为……近年来，随着经济社会的快速发展和工作、生活压力的不断增大，抑郁症、焦虑症等情绪障碍疾病的发病率逐年升高，精神卫生问题越来越受到关注。根据世界卫生组织的报告，精神疾病已成为全球第五大病因，预计至2020年将跃升为第二大病因，并成为致命疾病。

那么，抑郁症可以治愈吗？在今年举行的辉煌中枢神经峰会上，有关专家表示，抑郁症、焦虑症不可怕，它就像伤风感冒一样常见，只要放松心情，坚持治疗，让阳光照进心灵，就能驱走抑郁的阴霾。

需特别指出的是，慢性躯体症状疾病与抑郁症共病率很高。例如，在常见的神经系统疾病中，卒中、阿尔兹海默病（老年痴呆）、血管性痴呆、帕金森病（PD）、多发性硬化（MS）等均易与抑郁、焦虑障碍合并发生。大多数患者只关注睡眠问题、疲乏、头痛、遗忘、头晕或疼痛等躯体症状，往往忽略了精神运动迟滞、心境低落、兴趣下降等情绪症状。此时，情绪与躯体疾病可相互作用影响，如不加以注意则会形成恶性循环，导致抑郁、焦虑情况加重，从而影响躯体疾病的治疗和康复。

在平煤神马医疗集团总医院（以下简称总医院）神经内科四区，有这样一

个医护团队，他们在神经内科的专业基础上，致力于神经系统疾病合并躯体化障碍疾病的研究，努力为患者驱走“心灵感冒”，使其远离焦虑、抑郁等“情绪危机”。

作为脑血管疾病合并焦虑抑郁治疗的学科带头人，该科主任李玉方带领团队潜心钻研，经过几年的努力，将科室发展成为颇具规模的神经系统疾病合并躯体化障碍疾病的诊疗中心。

同时，李玉方还是中华医学会河南省分会成员、中华医学会河南省精神病学分会专业委员会委员、河南医师协会精神分会专业委员会委员、省睡眠障碍学会副主任委员、省心理协会会员等，长期从事神经内科疾病、心身疾病方面的相关研究，在脑血管病常见病多发病，尤其是脑梗死、脑出血、帕金森综合征、焦虑症、抑郁症、各类睡眠障碍、各类疼痛等疑难杂症诊断及治疗方面积累了丰富的经验。

### 专业诊疗获拥护

近年来，该科室引进了一批优秀的硕士研究生，在巩固和夯实神经内科疾病诊疗的基础上，分别派送至北大人民医院、上海交通大学附属医院、上海市精神卫生中心等全国领先的重点学科医院进修学习，成功地使医务人员的医疗理念向生物—心理模式转化。

众所周知，好多病患在罹患脑血管病的急性期时心理会发生巨大变化，不能接受自己瘫痪的现实，心情烦躁、抑郁，甚至有人选择轻率地结束自己的生命。传统医学往往注重躯体疾病的治疗，忽视患者心理的变化，不懂得及早地心理干预及预防，往往直白地告知患者残酷的病情演变，加重了患者的心理负担。

神经内科四区在这方面预警敏感，首诊医师常常在入院时就通过详细询问病史，从中发现不同病患的性格特点，科学地评价患者的心理功能，及早地对易发卒中后焦虑抑郁的病患进行心理疏导，及时用药改善患者的心境，让病人感受到了家人般的温暖，充满信心地配合诊疗工作。在治疗躯体及心理疾病的同时，科室非常注重常见病的宣教，定期举办医患交流会，给病患讲解一些常见病的预防：如高血压病、糖尿病、冠心病、脑血管病的防治，脑卒中后瘫痪肢体的康复治疗措施及注意事项，常见焦虑抑郁等心理疾病的心理疏导方式等等，并大幅度地以图片的形式直观易懂地展现在医患交流栏里，使病人在住院期间不仅能接受躯体疾病的诊治，还学到了如何防治和早期发现、早期治疗的小常识，此举得到了广大病友的一致拥护，成为科室的特色服务项目。

### 优质服务暖人心

去年，医院新病房大楼投入使用后，大大改善了神经内科四区患者的住院环境，但由于病区大，神经内科又多是老年病患，活动不便，神经内科四区专门开展了优质护理服务，做到真正从细节上体贴关怀患者。如安排护理人员轮流定时定点人工服务于各个病室门口，尤其对于年纪大、家属不能陪伴的老年病患及时为其更换输液瓶，辅助洗漱、如厕等，避免病人摔倒等意外伤害的发生。对于长期卧床甚至长了褥疮的患者，护理人员精心护理，并长期规律地对病患家属进行翻身、褥疮防护、坠积性肺炎预防的宣教，降低出院后病患再发褥疮、肺部感染的概率。同时，不定期地召开病人座谈会，护理部、科室的诊疗及服务满意度调查，多渠道听取病人及医护人员对护理工作的意见和建议，不断提高医护人员的治疗水平及服务质量。

神经内科四区作为我躯体化障碍疾病如焦虑、抑郁、顽固性的躯体疼痛等的重点学科，在完成医院的诊疗工作外，还积极参与社会慈善活动，广泛开展脑血管病及心理疾病的宣教，让更多的人早发现疾病、认识疾病、治疗疾病。

（本报记者 牛瑛瑛）

市第五人民医院血液净化中心：

## 慈善救助让更多患者受益

本报讯（记者牛瑛瑛 通讯员李涛）近日，记者从市第五人民医院获悉，自2013年正式被省卫生厅批准实施血液透析业务后，该院血液净化中心已让多名肾病患者受益。

该院血液净化中心使用面积1000平方米，按30个透析单元规划建设，首批配备有国际上使用最广泛的德国费森尤斯4008S血透机10台、费森尤斯4008S血液滤过机1台以及带有热消毒系统的40床水处理设备一套。中心布局合理、宽敞明亮、温馨舒适，设有家属休息区、冷暖空调、液晶电视、营养午餐等服务；透析设备先进，医疗技术精湛；患者分机透析，避免交叉感染；环境舒适优雅，服务优质高效；透析费用合理，临床效果满意。

多年来，该院一直探索“小综合、大专科”的发展思路。2012年初，中华慈善总会国际交流中心发起“中慈血液透析中心”慈善捐助项目，并得到中慈置业发展有限公司和德国费森尤斯公司的大力支持。该项目旨在在全国县级、地市级以上地区建立血液透析中心，救助当地肾病患者。经上级审核，市五院有幸成为我市唯一一家血液透析爱心慈善救助定点医院。该院采用多种形式积极宣传爱心慈善救助项目，以慈善事业为平台，加强与省、市慈善总会的沟通交流，加快血液透析专科建设步伐，同时继续推进血液透析爱心慈善救助项目，开展血液透析“爱心双百”慈善救助活动。

全市老年护理技能大赛举行

## 市中医院获佳绩

本报讯（记者牛瑛瑛）为进一步加强全市老年护理队伍能力素质建设，提升老年健康护理服务水平，日前市卫计委举行了全市老年护理技能竞赛。经过理论知识与技能操作的激烈角逐，市中医院张颖光脱颖而出，获得个人二等奖，同时被市卫计委、市总工会、市红十字会联合授予“全市老年护理服务技能标兵”称号。

市中医院高度重视护理工作，坚持突出中医特色，不断提高中医护理技术水平，发挥中医护理特色优势。为了提高中医护理人员的中医学理论水平，今年5月8日，护理部在全院范围内开展护理人员中医药知识与技能培训，并对参与培训人员进行中医药知识的理论考试，对于考试成绩优秀者予以奖励。通过进行中医药知

识与技能的强化培训，提高护理人员中医理论水平，提升中医护理内涵。此外，市中医院积极开展了中医辨证施护和实施中医护理技术操作，注重中医护理技术创新和科研工作。各病区开展了具有中医特色的健康教育和康复指导，为患者提供具有中医特色的专科护理服务。通过中医辨证施护对患者进行有针对性的个体化护理。护理人员运用宣传栏、疾病自我管理知识讲座等多种形式进行康复指导。

市中医院多项护理工作在省、市卫生系统范围内广受认可，2016年，在省中医药岗位技能竞赛中，市中医院选手获得二等奖；在市中医药岗位技能竞赛中，该院选手获得一等奖，并荣获市级五一劳动奖章。

## 河南妇女儿童康复联盟授牌仪式在郟县中医院举行

本报讯（记者牛瑛瑛 通讯员姚彩歌）10月10日上午，郑州大学第三附属医院与郟县中医院河南妇女儿童康复联盟单位授牌仪式在郟县中医院举行。

目前，儿童康复技术依然薄弱，康复人才比较匮乏，加上人们对儿童康复的认识不足，使不少残疾儿童不能得到有效的康复和治疗。儿童康复联盟的成立，将加深两院在信息化建设、远程医疗、临床服务、双向转诊、学科建设等领域的合作，更好地推进医疗卫生体制改革和公立医院改革目标的实现，有效缓解百姓“看病难、看病贵”的难题。

今后，郑州大学第三附属医院会定期选派专家到郟县进行义诊、讲座、查房和疑难病例会诊，指导学科建设，建设重点专科或

学科等，还会定期线上或现场举办针对基层医师的培训和健康教育班，培训专业技术人员，把最新的儿童康复技术成果、管理理念向郟县中医院推广，针对医院发展需求，进行专项的帮扶和手把手传授，不断提升康复技术和水平，使更多的患者在郟县中医院就能实现较好的康复治疗。

据郟县中医院院长林宪军介绍，此次县中医院被郑大三附院纳入首站儿童康复专科联盟授牌单位，将对该院的发展起到很大的促进作用，通过学习省会专家们精湛的医术、优质的服务和良好的工作作风，努力把县中医院各项工作提升到更高层次，以儿童康复科的“牵手”为契合点，为人民群众的健康提供更加有力的保障。

## 市卫计监督局开展生活饮用水突发事件应急处置推演

本报讯（记者牛瑛瑛 通讯员路易峰）为进一步提升卫生监督应急处置能力，市卫生计生监督局近日组织开展了生活饮用水突发事件应急处置推演。

此次突发生活饮用水污染事件应急处置桌面推演，模拟了某高校由于自

备井管道破损引发25名学生出现腹痛、腹泻等临床症状的饮用水污染突发事件，完整演示了突发事件的报告、应急启动、应急处置和评估等全过程。

近年来，市卫计监督局牢记“预防为主、常备不懈、平战结合、科学应对”的原则，助推卫生应急工作再上新台阶。

## 发现“早期信号”有助及时干预阿尔兹海默症

新华社重庆10月10日电（记者李松）10月10日是第26个世界精神卫生日。阿尔兹海默症，也就是俗称的老年痴呆症，是我国当前重点防治的精神疾病之一。专家提醒，发现“早期信号”有助及时干预这种疾病。

随着人口老龄化加快，我国阿尔兹海默症发病率逐年上升。重庆市精神卫生中心主任医师谭小林介绍说，目前该中心老年科几乎每周都要收治1—2位阿尔兹海默症患者入院，而门诊干预的人数更多。

阿尔兹海默症的病程可以分为可能阶段、很可能阶段、可疑阶段、确诊阶段和中晚期。而在可疑阶段以前发现并及时干预效果最佳。

“对于阿尔兹海默症，尽管目前还没有可以根治的药物，但如果病人能够接受早期诊断，在早期就进行干预，服用合适的药物进行治疗，再加上良好

护理，可以延缓病情发展，也能减轻家属负担。”谭小林介绍。

要做到早期干预，首先就要及时发现这种疾病。谭小林解释说，所谓“社会退出”就是不按正常的社会规律行事，虽然此时老人智力、记忆力等几乎没有问题，但就是在涉及一些常理的地方，会“乱来”，自己却认为行事正确。

二是忧郁、不招呼人、情感淡漠。“如果老人出现无精打采、睡眠不好、情绪沮丧等忧郁症状时，一定要当心。”谭小林称，抑郁常常是阿尔兹海默症的早期表现之一，老人会表现出待人冷淡，或情感反应迟钝。

三是注意力分配困难，动作难以协调。

专家建议，如果老年人出现以上3种信号，需要及时到精神科检查，并进行提早干预。

市哑铃工间操比赛举行

## 市疾控中心获佳绩

本报讯（记者牛瑛瑛 通讯员李新）9月28日，市哑铃工间操比赛举行，市疾控中心在比赛中获佳绩。

这次比赛共有来自我市各单位的29支代表队600余名选手参加，市疾控中心从各个科室抽出32人组成参赛队伍，选手们进行了为期两周的紧张学习和认真排练。经过全体队员的努力比拼，市疾控中心取得乙组一等奖和优秀组织奖，本次比赛活跃了职工的文体生活，又强健了身体素质，增强了集体荣誉感。

## 新华区卫生监督所监督检查公共场所卫生

本报讯（记者牛瑛瑛 通讯员路易峰）为切实做好国庆节、中秋节期间的公共场所卫生监督保障工作，新华区卫生监督所开展了公共场所卫生监督执法检查工作。截至10月8日，该所共出动卫生监督执法人员160余人次，对辖区52家公共场所单位进行了监督检查。

此次检查重点是公共场所卫生许可证、从业人员个人健康证明、公共用品用具及设施的清洗消毒、室内通风换气、空调系统的消毒等。大部分公共场所单位都能亮证经营，人员能够持证上岗，做到公共用品用具的消毒记录齐全，并有专人负责。但在检查中发现，个别单位存在上岗人员持证不全、消毒记录不全等问题，卫生监督执法人员当场下达卫生监督意见书，要求限期整改，对拒不整改的经营单位要进行立案查处。

此次执法检查有力促进了公共场所经营单位的行业安全意识，切实保障了人民群众的健康环境。



医生街头救孕妇

10月9日下午四点多，市妇幼保健院产五科医生杨文君在街头抢救孕妇。

10月9日下午，杨文君走到市区和平路中段时，看见一群人围着一名晕倒在地的孕妇。她立即向前，将脸色蜡黄的孕妇唤醒后，得知这名孕妇怀孕24周，独自一人上街时，突然昏厥。经过测量脉搏等初步检查，杨文君考虑到孕妇可能是贫血、低血糖、低血压引起的晕厥，她找来糖水喂给孕妇喝下并等待家属赶来。

张婷 摄

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

## 女性不孕的三大病因需警惕

本报讯（记者牛瑛瑛）“女性不孕有多种原因，大致可分三大类：器质病变因素、免疫因素、内分泌因素。有时，这三类或其中的两类原因可能并存。”近日，市计生科研所不孕不育诊治中心的孟宝丽医生说。

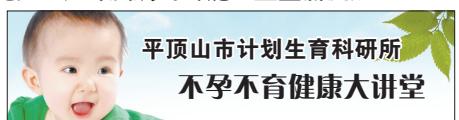
如何早期预防、诊断和治疗女性不孕症是很重要的。临床除少数女性是因为先天生理缺陷发生不孕外，大多数不孕症是后天疾病引发。后天的疾病因素都是能预防的，只要在青春期、婚前婚后注意防护，做到关心、呵护生殖系统，及时发现不孕不育的蛛

丝马迹，便可降低不孕症的发病率。

孟宝丽说，性经历过早者、第二性征发育迟缓者、不注意经期保护者易发生不孕症。若不注意经期卫生，可能发生阴道炎、宫颈炎、子宫内膜炎、附件炎、盆腔炎等，这些炎症引发输卵管阻塞、通而不畅的可能性增加。另外，若发现内分泌方面的问题，如月经稀发、闭经、痛经、月经不止，及时就诊。月经来潮当晚，往往暗示生殖系统发育出现问题；月经来潮后又停止，往往说明内分泌出现异常；如果出现严重痛经，可能存在子宫发育、子宫内膜异位症等问

题；月经稀发甚至闭经，另外有肥胖、多毛等，很可能是多囊卵巢综合征。

“身体过瘦或过胖也易患不孕症。有的少女月经16岁之后来潮，月经量少、色淡、质稀，或者是节食、减肥的女性同样易患不孕症；而过于肥胖的女性，婚后长时间不怀孕，要排除肥胖性生殖无能综合征、多囊卵巢综合征等疾病的可能。”孟宝丽提醒。



## 提升技术，护航百姓健康

——记市第一人民医院心内三科



市第一人民医院心内三科的医护人员。李英平 摄

市第一人民医院心内三科是我市卫生系统高血压防治中心所在单位。拥有我市唯一一家高血压专病门诊。该科室成立9年来，规模不断扩大，技术优势有口皆碑。在科主任张铁须的带领下，该科以精湛的技术守护心血管患者的健康。

成立全市首个高血压专病门诊

市一院心血管内三科建科于2008

年，经过多年发展，规模不断扩大，影响力不断增强。随着新病房楼的投入使用，心血管内三科以规模化发展的姿态搬入新病房楼，成为拥有病床60余张、学科地位在全市领先的规模化、现代化病房。该科室医护人员全部为本科以上学历，其中硕士研究生6位，是全院乃至全市范围内专业水平领先的专科人才。科主任张铁须担任着省卒中学会

房颤与心律失常专业委员会副主任委员、省生物医学工程学会介入医学与工程专业委员会常委、省医学会电生理与起搏专业委员会委员、省老年学和老年医学学会心血管专业委员会委员、省医师协会心血管医师分会委员等。出类拔萃的技术能力，还让他成为我市医学会电生理与起搏专业委员会的主要组建人之一，并担任该委员会主任委员。

心血管内三科率先在全市成立首个高血压专病门诊，整合高血压疾病的鉴别、诊断和专科治疗，建立了规范化高血压疾病诊疗模式。在张铁须的带领下，科室致力于基层医护人员在高血压疾病诊疗中的培训和宣教工作，开展了高血压及相关疾病论坛，打造了区域化的高血压防治中心。多年来，中心为基层群众和基层医护人员培训万余人次，受到了同行和群众的认可。

### 提升技术护航百姓健康

多年来，心血管内三科致力于技术的钻研，在全市首家开展了冠脉血管内超声下药物球囊治疗支架内再狭窄，填补了相关技术领域的空白；在全市首家引进冠脉旋磨仪，打破了冠脉钙化患者

必须转院至上级医院的“僵局”。

去年底，随着我市医学会电生理与起搏专业委员会的成立，作为主任委员的张铁须在我市复杂性心律失常的学术推广中起到了重要作用——三维立体定位下射频消融技术安抚患者狂乱的心“跳”；埋藏式心律转复除颤器（ICD）植入术解决室速、室颤患者的昏厥症状；床旁血液超滤技术为顽固性心衰、水肿、气喘患者带来了希望……

心血管内三科技术精湛、服务优质也收获了肯定与荣誉：该科多次获得医院先进科室、先进集体、和谐科室称号；2016年，该科获得全市青年文明号荣誉；2017年，该科护理工作获得全省护理品管圈大赛三等奖。此外，科室6位医生获得了市级科研技术进步一等奖；张铁须还被评选为全市卫生系统先进个人；护士长赵会莲获得全市卫生系统先进管理者称号。（本报记者 牛瑛瑛）

市第一人民医院 打造金牌科室 守护百姓健康

健康周刊联系电话 137 3378 6699